

**PERBEDAAN REGULASI EMOSI DITINJAU DARI SISTEM
PENDIDIKAN**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Psikologi untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana (S-1) Psikologi**



Oleh :

ANIDYA SEPTI LEKSONO

F100140009

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2018

PERBEDAAN REGULASI EMOSI DITINJAU DARI SISTEM

PENDIDIKAN

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana (S-1) Psikologi

Diajukan Oleh :

ANIDYA SEPTI LEKSONO

F 100140009

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2018

HALAMAN PERSETUJUAN
PERBEDAAN REGULASI EMOSI DITINJAU DARI SISTEM
PENDIDIKAN

Diajukan Oleh :

ANIDYA SEPTI LEKSONO

F 100140009

Telah disetujui untuk dipertahankan

di depan Dewan Penguji

Telah disetujui oleh :

Pembimbing



Wisnu Sri Hertinjung, S.Psi, M.Psi, Psikolog
NIK: 877/0611047601

Surakarta, 1 November 2018

HALAMAN PENGESAHAN

PERBEDAAN REGULASI EMOSI DITINJAU DARI SISTEM PENDIDIKAN

Oleh:

ANIDYA SEPTI LEKSONO

F 100 140 009

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Fakultas Psikologi

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Pada hari Rabu, 7 November 2018

Dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Dewan Penguji:

Penguji Utama

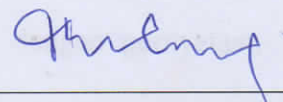
Wisnu Sri Hertinjung, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Penguji Pendamping I

Achmad Dwityanto O., S.Psi., M.Si

Penguji Pendamping II

Dra. Partini, M.Si, Psikolog



Surakarta, 1 November 2018
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Fakultas Psikologi
Dekan,

(Susatyo Yuwono, S.Psi., M.Si., Psikolog)

NIK. 838/0624067301

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Anidya Septi Leksono

NIM : F100140009

Fakultas : Psikologi

Judul : PERBEDAAN REGULASI EMOSI DITINJAU DARI
SISTEM PENDIDIKAN

Saya juga menyatakan bahwa hasil karya ini adalah benar-benar karya saya pribadi, sama sekali tidak melakukan plagiat ataupun meminta jasa pembuatan skripsi dari pihak lain.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan segala kesungguhan apabila dilain waktu ditemukan hal-hal yang bertentangan dengan pernyataan saya, maka saya bersedia menerima konsekuensinya. Surat pernyataan ini merupakan tanggung jawab moral saya sebagai penulis/peneliti kepada Tuhan Yang Maha Esa.

Surakarta, 30 Oktober 2018

Yang menyatakan,



ANIDYA SEPTI LEKSONO

F100140009

VISI, MISI DAN TUJUAN
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

VISI :

Menjadi pusat pendidikan sarjana psikologi yang kompeten dan berkarakter sesuai risalah Islam dan budaya Indonesia.

MISI :

1. Menghasilkan sarjana psikologi yang menguasai dan terampil mengaplikasikan dasar-dasar psikologi serta memiliki integritas sebagai ilmuwan psikologi.
2. Mengembangkan pusat penelitian psikologi Islam dan Indigenous yang menjadi rujukan nasional dan Asia.
3. Mengembangkan pusat layanan psikologi bagi masyarakat.

TUJUAN :

1. Menghasilkan sarjana psikologi yang mandiri, jujur, kreatif, bertanggung jawab dalam menerapkan dasar-dasar ilmu psikologi.
2. Meningkatkan kualitas dan kuantitas penelitian mahasiswa dan dosen tentang psikologi Islam dan Indigenous.
3. Meningkatkan peran aktif dosen dan mahasiswa dalam pelayanan psikologi bagi masyarakat.

MOTTO

“ Be yourself. No one can say you’re doing it wrong.”

(Charles Schultz)

“ Bergeraklah. Siapa lagi kalau bukan diri sendiri yang memulai”

(Penulis)

PERSEMBAHAN

Persembahan untuk:

Segala puji bagi Allah SWT, yang telah menganugerahkan
seluruh rahmat dan kasih sayang-Nya.

Karya sederhana ini penulis persembahkan kepada:

Orang tua penulis, Bapak Budi dan Ibu Parlin

KATA PENGANTAR

Syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat, hidayah dan inayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan lancar. Di dalam penyelesaian skripsi ini, penulis melibatkan pihak-pihak yang sangat membantu dalam banyak hal. oleh karena itu, penulis ini mengucapkan terima kasih sebanyak-banyaknya kepada :

1. Bapak Susatyo Yuwono, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan ijin penelitian kepada penulis.
2. Ibu Wisnu Sri Hertinjung, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku pembimbing telah memberikan bimbingan, arahan dan ilmu mengenai penyusunan karya ilmiah dengan penuh keikhlasan, ketulusan dan kesabaran untuk penulis dari awal hingga akhir penulisan skripsi di sela-sela kesibukan dan terbatasnya waktu.
3. Ibu Dr. Sri Lestari, M.Si, Psikolog selaku pembimbing akademik yang telah meluangkan waktu dan memberikan masukan dalam membantu akademik penulis.
4. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi UMS, yang telah memberikan bekal ilmu selama penulis menuntut ilmu, serta seluruh staff administrasi yang telah membantu kelancaran proses penyelesaian studi penulis.
5. Kepala sekolah SMAIT Ibnu Abbas Klaten dan SMA Negeri 1 Wedi Klaten yang telah memberikan ijin dan dukungan kepada peneliti dalam

melakukan penelitian ini. Serta Bapak Ali dan Bapak Sugeng selaku guru di kedua sekolah yang telah memberikan arahan untuk melakukan penelitian.

6. Terima kasih kepada seluruh siswa SMAIT Ibnu Abbas Klaten dan siswa SMA Negeri 1 Wedi Klaten yang terkait dalam penelitian penulis yang telah memberikan kesediaan waktunya membantu penulis untuk pengambilan data.
7. Para sahabat tercinta, Dinarista Yulisa, Aindha Vega, Vilantika Meilani, Inneke Sintya, Indah Alfi yang selalu menemani berjuang dari awal hingga akhir menyelesaikan skripsi ini. Telah meluangkan waktunya dan memberikan semangat, dukungan, segala bantuan dan doa yang diberikan kepada penulis.
8. Para sahabat tercinta, Rarasayu Nur, Asri Cahya, Nonik Dwi, Erma Damayanti, Nila Permatasari yang selalu menyemangati, memotivasi, memberi bantuan dan doa kepada penulis. Adik-adik ku tercinta Alisa Putri, Firmina, Dwi Arti, Siska yang telah memberikan semangat dan energi positif yang kalian berikan kepada penulis.
9. Seluruh Asisten Mata Kuliah Praktikum Assesmen Anak (PAA) yang telah memberikan semangat, dukungan, dan bantuan selama ini.
10. Seluruh pihak yang telah membantu saya dalam penyelesaian skripsi ini dan tidak dapat saya sebutkan satu persatu, terimakasih atas dukungan dan doanya.

Semoga Allah membalas segala kebaikan yang telah diberikan kepada penulis serta dilimpahkan rahmat-Nya kepada kita semua. Aamiin.

Surakarta, 1 November 2018



Anidya Septi Leksono

F 100140009

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN DEPAN	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN.....	v
VISI, MISI DAN TUJUAN	vi
MOTTO.....	vii
PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
ABSTRAK	xvi
ABSTRACT.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian.....	10
C. Manfaat Penelitian.....	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
A. Regulasi Emosi.....	12
1. Pengertian regulasi emosi	12
2. Aspek-aspek regulasi emosi	13
3. Faktor regulasi emosi.....	15
4. Strategi regulasi emosi.....	17
B. Sistem Pendidikan	19
1. Sistem pendidikan nasional	20
2. Fungsi sistem pendidikan	21

C. Perbedaan Regulasi Emosi Ditinjau dari Sistem Pendidikan	23
D. Hipotesis	27
BAB III METODE PENELITIAN	28
A. Identifikasi Variabel Penelitian	28
B. Definisi Operasional	28
C. Subjek Penelitian	29
D. Metode Pengumpulan Data	30
E. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	32
F. Metode Analisis Data	33
BAB IV LAPORAN PENELITIAN	35
A. Persiapan Penelitian	35
1. Orientasi Kancan Penelitian	35
2. Persiapan alat pengumpulan data	38
3. Perhitungan Validitas dan Reliabilitas	39
4. Administrasi Perizinan	41
B. Pelaksanaan Penelitian	42
C. Analisis Data	44
D. Pembahasan	49
BAB V PENUTUP	55
A. Kesimpulan	55
B.. Saran	56
DAFTAR PUSTAKA	57
LAMPIRAN	60

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Perbedaan penerapan pembelajaran	26
Tabel 2. Blue Print Skala Regulasi Emosi	31
Tabel 3. Blue print skala regulasi emosi sebelum <i>Expert Judgement</i>	39
Tabel 4. Blue print skala regulasi emosi	40
Tabel 5. Kategori Regulasi Emosi Secara Umum.....	46
Tabel 6. Kategori Regulasi Emosi Sekolah Umum	47
Tabel 7. Kategori Regulasi Emosi Sekolah Pondok Pesantren.....	48
Tabel 8. Faktor Regulasi Emosi Kedua Kelompok.....	51

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Uji Validitas.....	61
Lampiran 2 Skala Penelitian	64
Lampiran 3 Uji Reliabilitas.....	68
Lampiran 4 Uji Normalitas	70
Lampiran 5 Uji Homogenitas.....	74
lampiran 6 Uji Hipotesis	76
lampiran 7 Data Penelitian.....	79
lampiran 8 Kategorisasi.....	85
Lampiran 9 Surat – Surat Penelitian	87
Lampiran 10 Bukti Fisik Penelitian Dan Analisis Data	92

PERBEDAAN REGULASI EMOSI DITINJAU DARI SISTEM PENDIDIKAN

Anidva Septi Leksono

Wisnu Sri Hertinjung

Anidvaleksono@yahoo.co.id

**Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta**

ABSTRAK

Remaja siswa sekolah diharapkan memiliki regulasi emosi untuk mengiringi kematangan emosi remaja dalam memutuskan dan melakukan sesuatu. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui perbedaan regulasi emosi ditinjau dari sistem pendidikan. Hipotesis yang diajukan yaitu “ada perbedaan regulasi emosi di tinjau dari sistem pendidikan”. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 175 orang, siswa dari 2 SMA di Klaten. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cluster random sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan pendekatan kuantitatif dengan alat ukur skala regulasi emosi. Sedangkan analisis data dilakukan dengan analisis *independent samples test* menggunakan program bantu *SPSS For 16 windows*. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh t sebesar 0,274; sig. sebesar 0,784 ($p > 0,05$) yang artinya tidak terdapat perbedaan regulasi emosi di tinjau dari sistem pendidikan. Rerata empirik (RE) sebesar 80,56 dan rerata hipotetik (RH) sebesar 72,5 yang berarti regulasi emosi pada subjek tergolong sedang. Berdasar hasil penelitian maka hipotesis yang menyatakan ada perbedaan regulasi emosi di tinjau dari sistem pendidikan ditolak.

Kata Kunci: Regulasi emosi, sistem pendidikan, remaja

THE EMOTIONAL REGULATION DIFFERENCES WHICH ARE SEEN FROM EDUCATION SYSTEM

ABSTRACT

Teenage school students are expected to have emotional regulation to accompany adolescent emotional maturity in deciding and doing something. The purpose of this study to determine differences in emotional regulation in terms of the education system. Hypothesis proposed that there is a “there are differences in emotional regulation in terms of the education system”. Subjects in this study amounted to 175 people, students from 2 high schools in Klaten. sampling technique onducted in this research is cluster random sampling. Methods of data collection using quantitative approach with measuring scale of emotional regulation. While data analysis is done by independent samples test analysis using SPSS for 16 windows help program. Based on the results of data analysis obtained t of 0.274; sig. of 0.784 ($p > 0.05$) which means there is a no significant difference in emotional regulation in terms of the education system. Empirical mean (RE) equal to 80.56 and hypothetical mean (RH) equal to 72.5 so have middle category. Based on the results of the study, the hypothesis which states that there are differences in emotion regulation in terms of the education system is rejected.

Keywords: *emotion regulation, education system, adolescent*